



TREK la Vallée des Merveilles...

Du Mardi 06 Septembre 2022 au Samedi 10 Septembre 2022

Niveau de Difficulté : Moyen

La Vallée des Merveilles, de Fontanalba et de la Valmasque

Des Alpes à la méditerranée...

Dans le Département des Alpes maritimes, se trouvent ces trois vallées dissimulées au cœur du Parc National du Mercantour et qui cachent de multiples joyaux. De par ses paysages uniques et son passé historique, les vallées de la Roya offrent un spectaculaire panel de découvertes aux amoureux de la nature et de la montagne.

Un véritable musée à ciel ouvert... Classées Monument Historique en 1989, ces vallées abritent un trésor, un patrimoine archéologique exceptionnel. Plus de 50 000 gravures rupestres furent réalisées depuis la protohistoire au siècle dernier. Témoignages gravés dans la roche de la culture des peuples ayant vécu dans ces vallées suspendues. Celles-ci sont incrustées sur des dalles rocheuses lisses que les glaciers ont façonnés il y a plus de 10 000 ans.

Le Mont Bégo domine l'ensemble des vallées et culmine à 2872 m d'altitude.

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel

La Vallée de Fontanalba

Située sur le versant oriental du Mont Bégo, cette vallée est composée de nombreux lacs dont le lac Vert, les lacs Jumeaux et le lac des Grenouilles.

Il s'agit d'un milieu ouvert et assez vaste où les derniers Mélèzes arrivent à s'implanter. On peut y croiser quelques salmonidés et des Bouquetins.

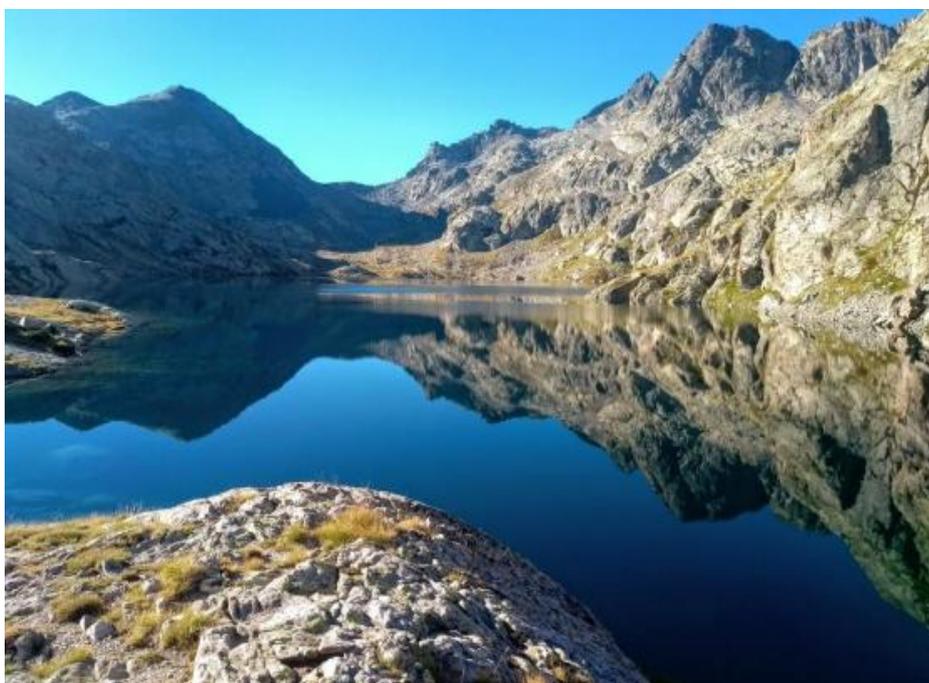
Ce paysage offre la splendeur de cette large vallée suspendue au-dessus du village de Castérino.



Les gravures rupestres présentent sur le site illustrent la vie pastorale des premiers bergers du Néolithique et de l'âge du Bronze comme en témoigne la renommée "Voie Sacrée".

La Vallée des Merveilles et de la Valmasque

Situées à l'ouest et à l'est du Mont Bégo et perchées à plus de 2000 m d'altitude, elles offrent la beauté austère d'un paysage minéral et chaotique, au pied de sommets imposants se mirant dans de multiples lacs aux noms évocateurs. Tel un nid d'aigle, le refuge de Valmasque est posé dans ce décor montagnard.



AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY
04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1
IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel

Berges du bord du Lac Basto

PLAN D'ACCES de la Vallée des Merveilles

Accès et transport

Le lieu de rendez-vous est la gare de Tende (06163)

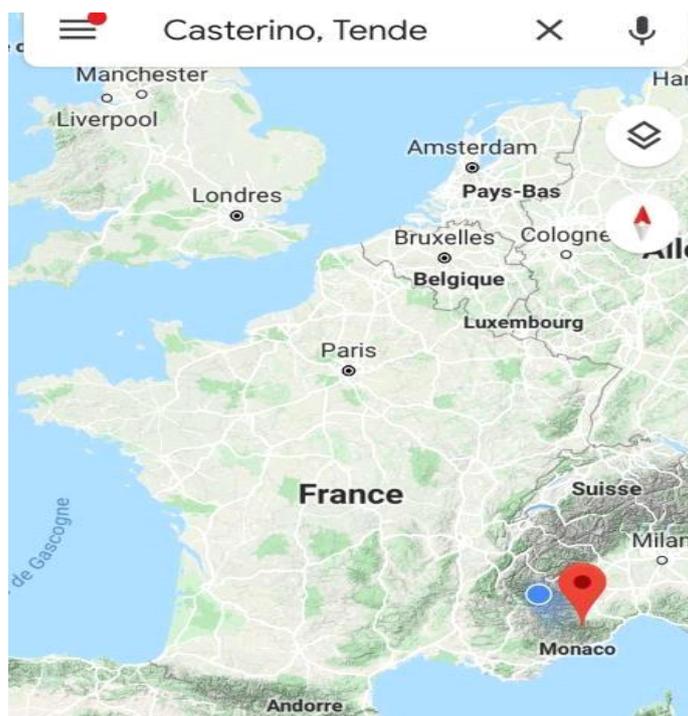
➤ En voiture depuis Nice :

Trajet d'environ 1H30 (itinéraire le plus rapide) par l'autoroute A8 jusqu'à Vintimille (Italie) et direction "Colle di Tenda-Cuneo" par la SS20- D6204 puis rejoindre Tende.

Trajet d'environ 2h (itinéraire avec de nombreux paysages). Autoroute A8 jusqu'à Menton, puis Menton – Sospel, puis col de Brouis jusqu'à Breil-sur-Roya et Tende.

➤ **En train depuis Nice :**

- *Transport ferroviaire Nice-Tende-Cunéo*



AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Méiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel

Déroulement du Séjour Jour après Jour

Le trek dure 5 jours et 4 nuits

Le trek sera organisé du Mardi 06 Septembre 2022 à 7h00 au Samedi 10 Septembre 2022 à 12 h.

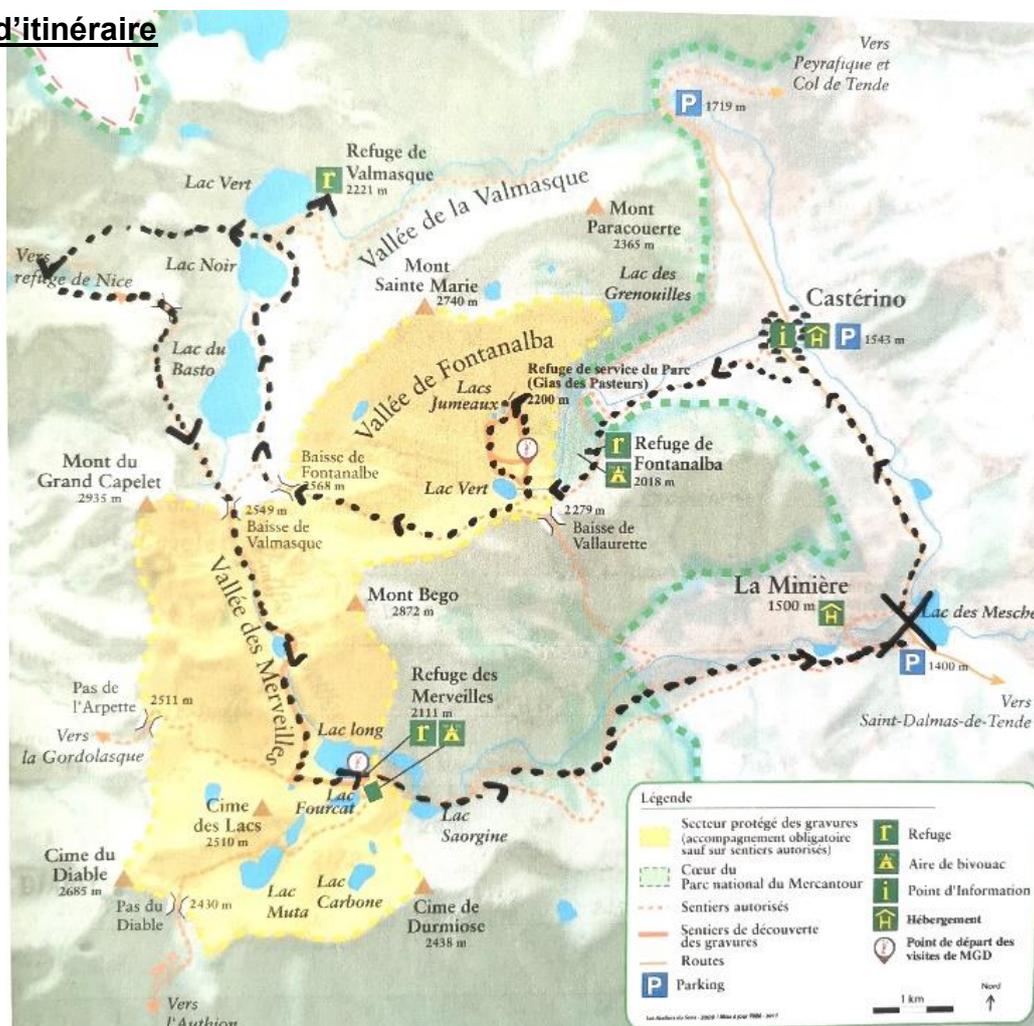
Lieu et Heure de rendez-vous : Gare de Tende à 7h00 le Mardi 06/09/2022

Important : Soyez impérativement à l'heure le jour du départ car des travaux sur la route qui mènent au lieu de départ de la randonnée seront en cours et la route sera fermée après 8 h00.

Plusieurs hôtels sont à votre disposition sur la commune de Tende si vous souhaitez arriver la veille dans le secteur. Pensez à réserver directement auprès de leur structure !!!

Il s'agit d'un circuit en boucle qui couvrira 4 vallées entre le point de départ et l'arrivée.

Plan d'itinéraire



Jour 1, étape 1 : Le Lac vert de Fontanalba et refuge de Fontanalba

Au départ du lieu de rendez-vous le 06/09/22 à 7h00, nous nous suivons en véhicule jusqu'au lac des Mesches ; lieu de Départ de la randonnée.

Ascension en sous-bois par un sentier de pays jusqu'au lac vert de Fontanalba. Zone cœur du Parc National du Mercantour.

Observations de gravures autour du Lac vert puis direction des lacs Jumeaux par la Voie Sacrée.



- **Temps de marche effectif entre 4 et 5 h**
- **Dénivelé positif +/-650 m**

Important : Prévoir un pique-nique personnel pour le repas du midi !!!

Le soir, nuitée au refuge de Fontanalba à 2018 m d'altitude en pension complète et douche chaude...

**Repas compris : Dîner du soir du jour 1
Petit déjeuner et pique-nique du jour 2**

Nuit au refuge de Fontanalba

Jour 2, étape 2 : Le Refuge de la Valmasque

Départ à 8h30 du refuge de Fontanalba pour rejoindre le refuge de la Valmasque.

Deux options d'itinéraire seront proposées en fonction des conditions météorologiques et des éventuels travaux en contrebas de la vallée. Soit par la baisse de Fontanalba pour avoir une vue "aérienne" sur les montagnes aux alentours, soit par le vallon de Castérino et Valmasque.

En fonction de l'heure de notre arrivée au refuge de la Valmasque, et après le pique-nique du midi, nous irons observer les Trois magnifiques lacs de cette vallée jusqu'au lac Basto.



- *Temps de marche effectif de la journée entre 4 et 5 h*
- *Dénivelé positif +/-500 m*
- *Dénivelé négatif +/-250 m*

Repas compris : Dîner du soir du jour 2

Petit déjeuner et pique-nique du jour 3

Nuit au refuge de la Valmasque

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel

Jour 3, étape 3 : Le refuge de Nice

Départ du refuge de la Valmasque à 8h30 pour une ascension vers le lac de la Lusièrre et le lac Gelé afin d'observer des Bouquetins et Chamois.

Nous monterons au pas des fous à 2828 m d'altitude pour rejoindre le refuge de Nice situé en fond de Vallon, en contrebas. Vue exceptionnelle sur les Lacs de la vallée.



- *Temps de marche effectif entre 4 et 5h*
- *Dénivelé positif +/- 800 m*
- *Dénivelé négatif +/- 800 m*

Repas compris : Dîner du soir du jour 3

Petit déjeuner et pique-nique du jour 4

Nuit au refuge de Nice

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel

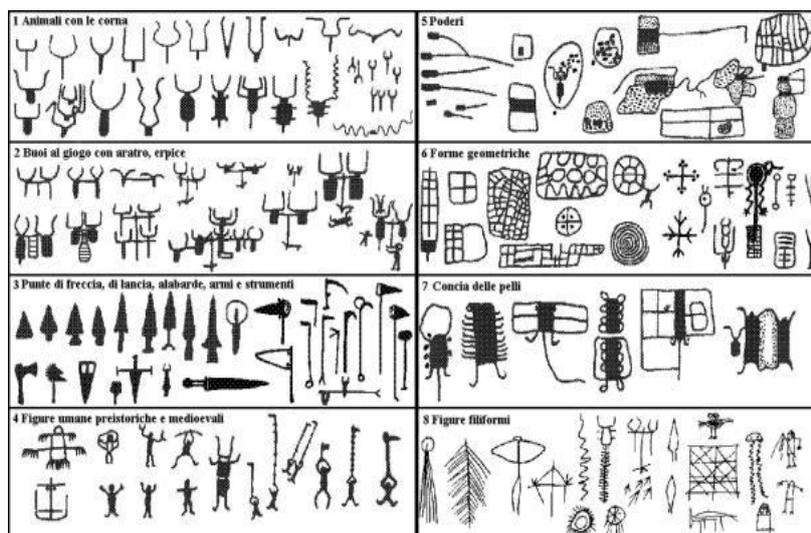
Jour 4, étape 4 : Le Refuge des Merveilles

Départ à 8h30 du refuge de Nice jusqu'au col de la Baisse de Valmasque. A quelques pas du Mont Bégo.

Descente dans cette vallée sur le GR 52 pour observer de nombreuses gravures rupestres et rejoindre un guide local qui vous donnera des explications sur certaines gravures et vous emmènera en voir d'autres cachées à flanc de montagne.

Dans cette partie, la zone est strictement règlementée et seul un guide spécialisé de la vallée des Merveilles est habilité à vous accompagner hors du sentier. (**Prestation incluse**).

Puis, nous arriverons au refuge des Merveilles. En fonction du temps qu'il nous restera, nous pourrons aller jusqu'au Lac Fourca et le lac Carbon, non loin du refuge.



- **Temps de marche effectif entre 4 et 5h**
- **Dénivelé positif +/-600 m**
- **Dénivelé négatif +/- 500 m**

**Repas compris : Dîner du soir du jour 4
Petit déjeuner et pique-nique du jour 5**

Nuit au refuge des Merveilles

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY
04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1
IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel

Jour 5, étape 5 : Retour Lac des Mesches

Départ à 9h du refuge des Merveilles, descente entre Alpagnes et sous-bois pour rejoindre le lac des Mesches par le vallon de la Minière.

Arrivée estimée aux alentours de 12h aux véhicules. Fin du séjour.

- *Temps de marche effectif environ 3 h*
- *Dénivelé négatif +/- 700 m*

Repas compris : petit déjeuner au refuge des Merveilles, pique-nique de midi fourni par le refuge des Merveilles

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.

Prévenir votre accompagnateur de tout problème de santé et des traitements médicaux administrés avant et durant le séjour. Si traitement médical en cours : « ordonnance obligatoire ».

Equipement par personne

- ***Il est impératif d'avoir des chaussures de marche adaptées à la randonnée en montagne (tige haute de préférence).***
- ***Lampe frontale***
- ***Sac à dos 30/40 litres***
- ***Gourde 1,5l min par jour***
- ***Vêtements chauds (gant, bonnet) et vêtements de rechange***
- ***Vêtements de protection contre la pluie (Imperméable et légère)***
- ***Protection solaire (crème solaire, lunettes, chapeau)***
- ***Bâtons de randonnée (prêt possible sur demande)***
- ***Petite trousse de secours individuelle et de soin***
- ***Papier toilette et nécessaire de toilette***
- ***Prévoir un pique-nique pour le repas du midi le 15/09/2020***
- ***Vos médicaments personnels : ordonnance obligatoire si traitement médical en cours.***
- ***Eventuellement un duvet en fonction des restrictions en vigueur concernant le covid 19***

Il est inutile de trop se charger !!! Minimisez le poids de votre sac tout en essayant de prendre le strict nécessaire pour votre confort. Attention, le séjour se déroulant mi-septembre, les températures à cette altitude peuvent avoisiner les 0°C le soir et durant la nuit. Prévoyez des affaires en conséquence.

L'accompagnateur peut, sur demande, vous fournir une paire de bâtons de randonnée.

Tarifs & Réservation :

Le tarif pour ce séjour est de 595 euros TTC par personne

Le prix comprend :

- Les 4 nuits en refuge
- La pension complète du dîner du Jour 1 au pique-nique de midi du Jour 5
- L'encadrement par un AMM diplômé d'Etat d'Alpinisme tout au long du séjour
- La prestation d'un guide local pour la découverte des gravures, le 4^{ème} jour

Le prix ne comprend pas :

- L'assurance assistance/rapatriement qui est **obligatoire**.
- L'assurance annulation qui est fortement conseillée.

Si vous n'en possédez pas, AEM VOYAGES vous propose un contrat Europ Assistance comprenant l'assistance/rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels.

- Les déplacements aller/retour de votre domicile à la Gare de Tende
- L'hébergement la veille du séjour
- Les boissons et suppléments personnels
- Le pique-nique du premier jour, le 06/09/2022
- Les frais de dossiers d'AEM voyage de 15€ par dossier d'inscription

La réservation s'effectuera en ligne dès réception du lien de réservation.

***AEM VOYAGES** est notre prestataire voyage pour ce séjour, il s'agit de l'association « Agence de Voyages » de notre syndicat des Accompagnateurs en Montagne.

Hébergement/ Restauration :

Entre chaque étape, nous nous restaurerons et dormirons dans un refuge dortoir en pension complète.

Les repas du soir, les petits déjeuners et les pique-niques du midi seront préparés par les Gardiens des différents refuges.

***Restrictions sanitaires covid 19 :**

Tous les refuges prêtent des couvertures pour dormir.

Suivant les conditions des réglementations sanitaires liées au covid 19, il vous sera demandé d'apporter votre duvet afin respecter ces conditions.

Actuellement n'étant pas en mesure de prévoir cette éventualité, l'Accompagnateur en montagne vous précisera par mail ou téléphone, avant le trek, les mesures à suivre dans ce cadre sanitaire

Formalités et Assurances :

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale
- Assurance Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs
- **L'assurance assistance / rapatriement est obligatoire.** Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, AEM VOYAGES vous propose un contrat Europ Assistance comprenant l'assistance / rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels.

Informations COVID-19 :

L'ensemble des prestations du séjour s'effectue dans le strict respect de la réglementation et des mesures sanitaires en vigueur aux dates du séjour et sur le lieu du séjour.

Pour plus d'information sur les formalités sanitaires en France, consulter le site suivant :

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

Contact :

Pour réserver, merci de contacter Pierre DI GIOVANNI Titulaire du Diplôme d'Etat d'Alpinisme Accompagnateur en Moyenne Montagne par téléphone ou par mail :

Email : pdigiomountain@gmail.com

Téléphone : **06.42.46.50.53**

Facebook : *Walpinmountain*

LES RESERVATIONS SONT OUVERTES DES RECEPTION DE CE MAIL POUR UN NOMBRE MINIMUM DE 6 PARTICIPANTS ET UN NOMBRE MAXIMUM DE 10 PARTICIPANTS.

N'hésitez pas à me contacter, je répondrai avec plaisir à vos questions...

Les inscriptions et les réservations seront clôturées au plus tard le 15 Juillet 2022.